Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.
Rocznik IV. Warszawa Częstochowa—Krynica Nr. 1 i 2—1931.

CZYSTOŚĆ

MIESIĘCZNIK ILUSTROWANY — ORGAN POŚWIĘCONY PROPAGANDZIE ZASAD ZDROWIA I HIGIENY,
z dod. bezpł.: „PRZYJACIEL ZDROWIA" i „LEKARZ DOMOWY".

Redaktor i Wydawca **Lekarz-D-ta Michał Grejniec** **w Częstochowie,** Aleja M. Panny № 10, tel. 2-50.

WARUNKI PRENUMERATY.
Rocznie z przesyłką pocztową 6 złotych
We Francji 40 fr., w Ameryce 2 dol. rocz.
Zmiana adresu 50 gr.

Konto Czekowe Pocztowej Kasy Oszczędnościowej Nr. 15-960.

Adres Redakcji i Administracji:
WARSZAWA, ul. Złota Nr. 23 m. 3.
Telef. 65 – 02. Skrzynka pocztowa Nr. 729.

w Częstochowie informacji udziela się:
ul. Panny Marji 10, Tel. 250 we wtorki i piątki od 7—8 w.

w Krynicy (podczas sezonu letniego) inf. udziela się: ul. Kraszewskiego d. p. Szwarca (pokój Nr. 21) we wtorki i piątki 3—6 w.

CENA OGŁOSZEŃ:
Za wiersz milimetr. na I-ej str. i
4 szpalt { w tekście . . . . . 60 gr.
4 szpalt { za tekst m . . . . . 50 „
Za treść ogłoszeń redakcja **nie** odpowiada.
Cena pojedyńczego numeru **50 gr.**

Ogłoszenia dla „CZYSTOŚCI" przyjmują wszystkie Biura Ogłoszeń w Polsce i Zagranicą.

OD REDAKCJI.

Rozpoczynamy IV rok naszej pracy.

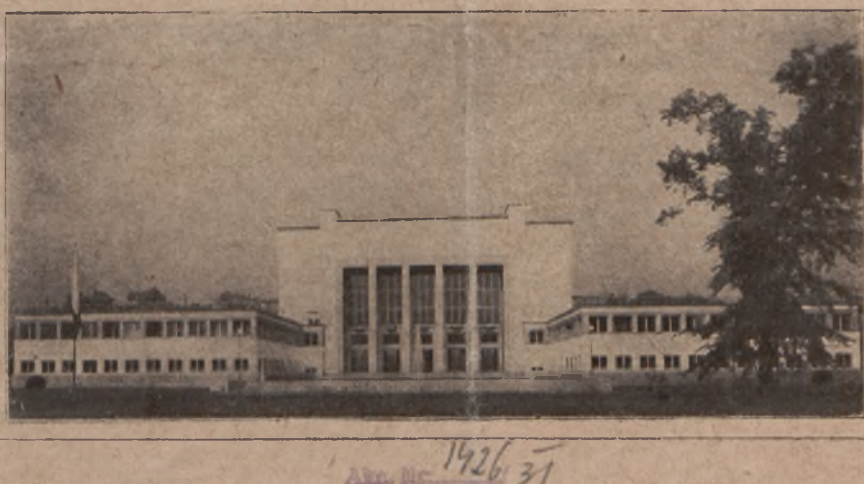
Zajęliśmy placówkę potrzebną w Polsce i spodziewamy się, że kto tylko ceni zdrowie zarówno swoje jak i społeczeństwa całego, kto chce, aby racjonalne zasady zdrowia i higieny przeniknęły do mas szerokich, — ten nas niezawodnie poprze.

Nasz dodatek „LEKARZ DOMOWY" został bardzo mile przyjęty przez naszych czytelników.

Postaramy się treść „Czystości" możliwie urozmaicić, dodatki nasze ulepszać i regularnie zeszyty wydawać.

Powtarzamy nasz zew: — „Ludzie czyści, pomóżcie nam!"

Dla nowych naszych abonentów przytaczamy wizerunek Niem. Muz. Higien. w Dreznie, stanowiącego jakby mózg higieny świata całego.



Dr. Czesław Wroczyński (Warszawa).

Międzynarodowa Wystawa Hygieniczna w Dreznie.

W otoczeniu parków i ogrodów, otworzyła swoje podwoje Międzynarodowa wystawa higieniczna w Dreznie. Znane na całej kuli ziemskiej drezdeńskie Muzeum hygieny, powstałe po pierwszej wystawie hygienicznej 1911 roku, dzięki inicjatywie bogatego przemysłowca, Lingnera, święciło uroczystość przeniesienia się do nowego gmachu. Pomimo ciężkiego kryzysu ekonomicznego i trudności zdobycia większych funduszów, otwarcie nowego gmachu muzealnego dało asumpt do zorganizowania jednocześnie wielkiej wystawy hygienicznej.

Pomiędzy stałym dawnym ośrodkiem wystawowym, a nowem muzeum, mieści się na placu Narodów międzynarodowy dział wystawy, obesłany przez 19 państw. Dalej na południe w kierunku stadjonu, zbudowano obszerne pawilony, w których mieszczą się działy: wychowania fizycznego, kobiety i dziecka, hygieny pracy, hygieny osobniczej, oraz wzorowy szpital.

Materjał, zebrany w części niemieckiej wystawy, jest poprostu olbrzymi.

Muzeum hygieny poszczycić się może jedynym na świecie, tak kompletnym zbiorem, mającym na celu poznanie człowieka jako jednostki, jego budowy anatomicznej, biologji i fizjologji. To słynny drezdeński „Der Mensch" człowiek uzupełniony w ostatnich czasach działami historji hygieny w czasach przedhistorycznych i starożytnych, w średniowieczu i w dobie obecnej.

Celem zobrazowania budowy ciała ludzkiego, zastosowano przedewszystkiem niezwykłe, prawdziwe preparaty anatomiczne, które drogą traktowania specjalnemi płynami, uczyniono przezroczystemi — jednocześnie stosując nastrzykiwania naczyń barwnemi rozczynami.

Widzimy więc w najdrobniejszych szczegółach budowę kości, układ naczyń, nerwów i t. p. następnie wszystkie organy, uzupełnione tablicami barwnemi, dającemi budowę tkanek. Najwyższym wyrazem tej niezwykłej techniki jest cały, przezroczysty człowiek, oświetlony wewnątrz lampkami, pozwalającemi drogą stopniowego zapalania grupami, na uwidocznieniu wszystkich narządów ciała. Technika świetlna, przezrocza, bioskopy, liczne zdjęcia rentgenowskie, są zastosowane w całej pełni.

Może jeszcze ciekawsze są te działy wystawy, które traktują o hygienie w stosunku do życia zbiorowego.

Każdy, nawet laik, przyjdzie tu bardzo szybko do wniosku, że hygiena nie jest abstrakcją, lecz jest poprostu nauką o organizacji życia zbiorowego, narażonego na tysiące niebezpieczeństw i szkodliwości. Nietylko lekarz ma tu materjał do myślenia. Każdy, kto ma do czynienia z orgnizacją życia społecznego, a może najwięcej nauczyciel i pedagog, przekona się namacalnie że bez znajomości hygieny, bez mądrego przewidywania, bez uwzględnienia z organizacją życia społecznego, żadne z miast, żaden kraj, żaden naród istniec dzisiaj nie może.

Jak szybko zachodzą zmiany zasadnicze w składzie ludności i ustosunkowaniu się wzajemnych poszczególnych płci i grup wieku, o tem przekonywujemy się z licznych działów wystawy.

Wojna europejska spowodowała w Niemczech daleko idące zmiany Liczba kobiet w wieku dojrzałym przekracza liczbę mężczyzn o 31 proc. i wskutek tego 800.000 kobiet nie mogło wstąpić w związki małżeńskie. Roczniki ostatnich i najbliższych lat wskazują duży ubytek młodocianych. Wyrównanie nastąpi dopiero w r. 1936, lecz jednocześnie rozpocznie się spadek wskutek stałego zmniejszania się liczby urodzin. Deficyt pokrywa się obecnie zmniejszeniem się śmiertelności. Wskutek tego liczebność starszych roczników stale rośnie, młodszych się zmniejsza. Przemysł niemiecki operujący młodym materjałem ludzkim (robotnik i pracownik 30-letni uważany jest za starego) skazany jest na stały dopływ tego materjału i zaczyna uczuwać braki. Zwiększa się popyt na pracę kobiet. Obliczenia wskazują że już w r. 1975 nastąpi takie ukształtowanie grup wieku, że liczebność dzieci i młodocianych będzie mniejszą, niż starszych roczników.

Ówczesne Niemcy będą społeczeństwem ludzi starych, a nie dzieci i młodych. Jest to niewidoczne dla oka, ale może największa rewolucja w dziejach świata, dokonywająca się w oczach naszego pokolenia, o nieobliczalnej wprost doniosłości.

Ztąd niezmienne znaczenie ochrony dziecka i matki, wysuwane dziś w Niemczech, jako jedno z pierwszych zagadnień polityki państw i samorządów. Olbrzymi, w czasach powojennych wzrost pracy zawodowej kobiet (w Niemczech 11 i pół miljona kobiet pracujących) znajduję się coraz bardziej w kolizji ze stanowiskiem kobiety-matki, kobiety w rodzinie.

Ciężkie warunki ekonomiczne wymagają pracy zarobkowej kobiet z uszczerbkiem dla dzieci i rodziny. Szuka się złotego środka — sposobem pogodzenia obu zagadnień? Bezspornym jednak dotychczasowym wynikiem takiego stanu rzeczy jest spadek liczby urodzeń. Jeżeli w Niemczech w r. 1870 na 1000 kobiet dojrzałych rodziło rocznie 370, to w r. 1928 zaledwie trzecia część bo 111 może się pochlubić potomstwem.

Zdawać się może, że zagadnienie pacyfikacji Europy rozstrzygnie się za lat 50 w drodze biologicznej.

Najnowsze zdobycze działalności hygieniczno-zapobiegawczej dają wielkie wyniki w kierunku zmniejszania się chorobowości i śmiertelności, (ale zjawisko to ma granice naturalne), tymczasem nie mamy jeszcze przykładu, nawet pomimo ochrony ustawowej, osiągnięcia gdziekolwiekbądź zwiększenia liczby urodzeń. Życie państw i społeczeństw zmieni się zasadniczo w ciągu pół wieku.

(d.c.n.).

Kupon Nr. 14

Każdy czytelnik „Czystości", który przyśle wycięty ten kupon, z adnotacją, gdzie Nr. „Czystości" nabył i poda swój dokładny adres do Administracji, otrzyma pamiątkę, która wyniesie tyle, a może nawet i więcej, co kosztuje numer pojedyńczy „Czystości".

„CZYSTOŚĆ"

z Dod. bezpł. „Przyjaciel Zdrowia" oraz „LEKARZ DOMOWY"

Rocznie zł. 6. — P. K. O. Nr. 15-960. Zagr. Dol. 2. — Warszawa, Skrz. p. Nr. 729.
W Częstochowie bliższych informacji udziela Red. Lekarz - D-ta Michał Grejniec, Al. N. Marji Pan ny 10, telef. 2-50.
Zastępcy wszędzie poszukiwani!
Nr. wzorowy wysyłamy po otrzymaniu 50 gr. w znaczkach poczt., na żądanie i gratis.

Dr. Tadeusz Mogilnicki. (Łódź).

Błędy i przesądy przy pielęgnowaniu niemowląt.

Uspokajanie krzyku niemowlęcia.

Pielęgnowanie niemowląt nie należy do rzeczy łatwych i osoba niedoświadczona, matka czy piastunka może zrobić bardzo wiele błędów, które są najczęściej popełniane przy uspokajaniu krzyku jedynego przejawu niezadowolenia dziecka. Krzyczy ono kiedy ma mokro, kiedy jest głodne, kiedy je coś uciska, lub boli, wreszcie kiedy jest za silnie związane.

Krzyk niemowlęcia ma zawsze swoją przyczynę którą trzeba zbadać i możliwie usunąć, o ile się chce uspokoić dziecko. Bezkrytyczne uspakajanie krzyczących dzieci: śpiewem, bujaniem lub noszeniem jest bezcelowe. Częsty i bardzo przeraźliwy krzyk rzadko bywa objawem głodu, zwłaszcza, że dziecko nieraz krzyczy niedługo po ssaniu. Znacznie częściej przyczyną silnego krzyku są bóle brzucha, wywołane gazami. Niezdawanie sobie z tego faktu prowadzi do całego szeregu błędów. Dziecko krzyczy bo za dużo dostało pokarmu i brzuch je boli, a matka, wychodząc z zupełnie fałszywego założenia, że jest ono głodne, stara się je podawaniem piersi uspokoić: rzeczywiście, przy piersi chwilowo cichnie maleństwo, uspokaja je sam akt ssania ale nie na długo bóle bowiem po pewnym czasie powtarzają się, potęgując się nawet i znowu krótkowzroczna matka daje mu pierś i tak bez końca. Mamy tu prawdziwe błędne koło i dziecko krzyczy z przekarmienia lub z nieregularnego karmienia a tymczasem coraz więcej dostaje pokarmu.

Gdyby matki kierowały się logiką i zdrowym rozsądkiem, to w tych najczęściej spotykanych wypadkach, zamiast uspokajać piersią krzyczące z bólu dziecko, starałaby się je przegłodzić dać mu mniej po karmu ,jak się daje mniej jeść starszym dzieciom, chorym na żołądek a niemowlęta stopniowo uspokajałyby się i przestawałyby krzyczeć. W takich razach dla uniknięcia poważinejszej choroby niemowlęcia i dla jego skutecznego uspokajania należy się trzymać następującej zasady! Im niespokojniejsze jest dziecko, tem mniej mu trzeba dawać pokarmu naraz lub rzadziej je przystawiać do piersi: nie co 3 godziny, a co 3 i pół godziny, względnie co 4 spokojnemu zaś dziecku można dawać naraz więcej, nie częściej jednak, niż co 3 godziny i nie dłużej niż przez 15 minut.

Mówię tutaj o tych najczęściej spotykanych wypadkach kiedy dziecko kopie nóżkami i przeraźliwie krzyczy z przekarmienia lub z karmienia nieregularnego.

W niektórych dzielnicach naszego kraju, szczególniej w sferach nie inteligentnych, starają się uspokajać krzyczące dziecko nie drogą na turalną — przez usuwanie przyczyny krzyku, a stosowaniem uspokajających środków, najczęściej odwaru z maku, który zawiera opjum. Trudno o bardziej niesłuszne i szkodliwe postępowanie.

Opjum — makowiec, jako narkotyk silnie działający uspokaja wprawdzie chwilowo, ale fatalnie wpływa na słaby ustrój niemowlęcia i wywołać może ciężką jego chorobę, a stosowanych w większych ilościach nawet śmierć, — dziecko uspokaj się na zawsze. Niech o tem pamiętają młode matki, niech się wystrzegają dawania uspokajających środków, zalecanych przez „znające" kobiety, znachorów lub babki wiejskie.

Zaczerwienienia pleców pośladków i pachwin bywają także bardzo często przyczyną gwałtownych krzyków niemowlęcia, wywołują bezsenność i stały niepokój. Przyczyna ta przez matki i piastunki bywa nieuwzględniana i krzyk dzie

cka tłumaczony najopaczniej jako objaw głodu. Tymczasem wiemy dobrze, że silne zaognienie okolicy odbytnicy i pośladków powstaje wskutek często powtarzających się wypróżnień, szczególniej podczas biegunek, spowodowanych albo nieregularnem karmieniem, albo stałem przekarmieniem.

Zrozumiałą jest rzeczą, że należy przedewszystkiem usuwać przyczynę niepokoju, a więc uregulować odpowiednio karmienie lub zmniejszyć ilość podawanego pokarmu.

Niestety, ten jedynie słuszny i logiczny wniosek rzadko przychodzi na myśl matkom. Przeciwnie, ponieważ dziecko z powodu przykrego uczucia palenia miejsc zaognionych bywa niespokojne, a chwilowo uspokaja się przy piersi, kobiety, wbrew logice i zdrowemu rozsądkowi, takie już przekarmione i z tego powodu chore niemowlęta karmią jeszcze częściej, zwiększając w ten spsób ilość płynnych wypróżnień, co wywołuje silniejsze zapalenie skóry.

Dzieci, mające zaczerwienienie pośladków, powinny być jak najczęściej przewijane, ponieważ dłuższe leżenie w mokrych pieluchach zwiększa podrażnienie skóry. Należy również dzieci takie wyjmować z poduszki, która zbyt silnie rozgrzewa i lekko przykryte kłaść na materacyk.

Niezwykle często, nawet w rodzinach względnie kulturalnych, dla uspokojenia krzyku dziecka stosowany bywa okład spirytusowy na brzuch. Spirytus, jako ciało lotne, paruje i wdychany przez niemowlę uspokaja je, podobnie jak uspokaja eter czy chloroform.

Dziecko odurza się gazami spirytusu i dlatego zasypia, ale na ustrój niemowlęcia taki niemoralny sen dobrze wpływać nie może. O szkodliwości alkoholu dla dzieci mówić nie trzeba, jest to pewnik powszechnie znany. Jeżeli więc zdajemy sobie sprawę z krzywdy, jaką wyrządzają starszym dzieciom dawane pod różnemi postacia mi napoje alkoholowe, tem więcej delikatne ciałko dziecka powinniśmy strzec od tego samego alkoholu, wdychanego podczas okładów spirytusowych i wpływającego na niemowlę również ujemnie jak podawane przez usta wino, czy wódka.

Wyjątkowo szkodliwe, a często nawet bardzo niebezpieczne jest używanie do okładów lub obmywań ciała silnie trujące.

Dziecko przyzwyczajone do noszenia, krzyczy często, bo nie chce leżeć, uspokaja się gdy je wziąc na ręce i pobujać. Rozsądna piastunka nie powinna przyzwyczajać niemowlęcia do noszenia i kołysania, lub silnego bujania na ręku. Jeżeliby niemowlę nie nauczyło się znajdować przyjemności w noszeniu, nigdyby tego nie żądało. Te dzieci, które inaczej nie chcą zasnąć, tylko trzeba im nucić, śpiewać, nosić na rękach lub kołysać robią się prawdziwymi tyranami w domu, szczególniej w razie jakiego bądź niedomagania, nie mówiąc już o poważniejszej chorobie.

Takie niemowlę przechodzi z rąk do rąk, nosi je i uspokaja ojciec, matka, babka, ciotki — cały dom jest na usługach tego nowoczesnego despoty.

Jest to błąd zasadniczy, bardzo poważny, a uniknąć go tak łatwo, — nie przyzwyczajać do noszenia od pierwszych dni życia dziecka.

KSIĄŻKI.

Dr. Ragner Berg i prof. med. Martin Vohel: „Zasady prawidłowego odżywiania się. Wyd. Niem. dla Zdrowia Narod. Drezno. Cena Rm. 5.—. Przez Adm. „Czystości“ zł. 15.—.

Mówi się — trzeba jeść, — aby żyć.

Ale czy każdy pokarm jest dla organizmu pożądany? Kiedy, co i jak powinniśmy jeść — jest to pytanie, które powstaje w głowie każdego myślącego człowieka. Był czas, kiedyśmy kwestję odżywiania się zostawiali służbie, kucharkom i nie zawracaliśmy sobie głowy tą dziedziną.

Nauka i życie idą szybkim krokiem naprzód.

Medycyna teraz stanęła na stanowisku, że djeta jest to kardynalna kwestja naszego życia. Członieodpowiednio odżywiany jest skazany na śmierć! Tak! To nie żarty! Autorzy w 7-em wydaniu tego epokowego dzieła, starają się możliwie lepiej rozstrzygnąć kwestję wartości tych lub owych pokarmów dla organizmu.

Kto się interesuje postępem tej nauki i chce poznać zasady prawidłowego odżywiania się, — ten stanowczo powinien to dzieło przeczytać!

Dr. med. PAUL COHN.

„Niepotrzebnie się starzejemy“. Wyd. Niem. dla Zdrowia Narod. 78 stronic. Cena Rm. 3.

Przez Adm. „Czystości“ zł. 8.—

Autor nie podaje recepty ogólnej, celem uniknięcia starości. On wskazuje drogi, które prowadzą do celu.

Któżby nie chciał osiągnąć tego celu?

Każdy z nas prawie!

Lecz samo nic się nie robi. Cel ten osiągnięty być może przez żywot wstrzemięźliwy daleki od bojaźni, słabej woli, poddawania się porywom marnym i zgubnym.

Książeczkę tę o 78 stronicach czyta się z przyjemnością, a korzyści z niej wynikające są niezmierne.

Mapy turyst. wyd. „Gea“.

Kto z nas nie chce poznać Karpaty czy to w celach turystycznych, czy też dla poratowania zdrowia?

Bez dokładnej mapy nie osiągniemy celu.

Urok tych pięknych gór będzie wtedy mniejszy.

Pragnąć nam umożliwić bliższe poznanie pięknych Karpat, — Tow. „Gea“ w Warszawie, Zielna 12 wydało 8 pięknych i dokładnych map, ułożonych przez Polskie T-wo Tatrzańskie. Mapy owe rozchwytywane są przez młodzież jak również i przez starszyznę, kochającą nasze piękne Karpaty.

Dr. med. T. MOGILNICKI (Łódź).

„Pielęgnowanie i karmienie niemowląt“. Wyd. M. Arcta.

Zdawało by się, że każda kobieta i matka umie pielęgnować dzieci. Niestety, tak nie jest! Większość matek, niema o tem pojęcia!

Dziesiątki tysięcy dzieci giną z tego powodu już w pierwszym roku życia.

Świetnie też uczynił Dr. Mogilnicki, starszy Lekarz Szp. Anny Marji w Łodzi, pisząc dziełko powyższe, starannie wydane przez znaną firmę M. Arcta w Warszawie.

Liczne rysunki zdobią tę książkę. Radzimy wszystkim matkom nabyć ją! Można to uczynić też przez Adm. „Czystości“ przesyłając zł. 6.— na P. K. O. Nr. 15-960.

W N-rze bież. zamieszczamy artykuł o błędach i przesądach przy pielęgn. niemowląd, zaczerpnięty z dzieła powyższego!

DZIAŁ CZYNU SZLACHETNEGO.

Dział ten notuje wszelkie czyny ofiarne i szlachetne na rzecz ogółu, jednostki, wiedzy lub idei.

Prosimy naszych Sz. Czytelników o wszelkich tego rodzaju faktach za wiadamiać nas niezwłocznie.

Chirurg oddaje własną krew, by ratować chorą. Chirurg rzymski, prof. Stopploni, dokonywał operacji na pewnej młodej kobiecie, gdy nastąpił nagle nieprzewidziany wewnętrzny wylew krwi. Tylko natychmiastowa transfuzja krwi mogła uratować chorą, ale nie było chwili czasu do stracenia. Żadnego z zawodowych dostarczycieli krwi, którymi się w takich wypadkach posługiwano, nie było w szpitalu na szukanie ich nie było czasu, doktór więc bez namysłu ofiarował swoją krew, ratując w ten sposób pacjentkę od pewnej śmierci.

UCZCIWY ZNALAZCA.

Jan Bęben z Truskolas będąc w Urzędzie Gminnym w Pankach pow. Częst., po załatwieniu pewnej sprawy meldunkowej, wychodząc, opuścił portfel ze znaczną sumą pieniędzy.

Zgubę zauważył dopiero w domu i nie wiedząc gdzie się to stało, był w rozpaczy

Sekretarz Gminy p. Edward Gawędzki po zakończeniu zajęć urzędowych, wychodząc z Urzędu, zauważył portfel.

Otwiera go — pełny pieniędzy. Kto inny by tę sumę przywłaszczył sobie.

Ale p. Gawędzki należy do rzędu tych ludzi czystych i uczciwych którzy się krzywdą bliźnich nie chcą bogacić!

W portfelu był list, gdzie jako wysyłający figurował p. Bęben, robotnik, który wrócił niedawno z Niemiec i uciułał ciężką pracą sumę zgubioną.

Udał się więc do poszkodowanego i wręczył mu zgubę.

Tak postępują ludzie czyści i uczciwi!

Radość p. B. nie miała granic.

KORESPONDENCJE.

Z CZĘSTOCHOWY.

T-wo Przeciwgruźlicze, na czele z prezesem D-rem Karolem Różkowskim, podobiznę którego zamieszczamy intensywnie pracowało podczas dni przeciwgruźliczych.

Jak nas poinformował p. Prezes oraz Sekr. T-wa Dr. Szwedowski wygłoszone zostały odczyty o gruźlicy przez D-rów Lipińskiego, Parnowskiego, Guttmana, Secomskiego, Wolberga i Szwedowskiego. Frekwencja wszędzie była zadawalniająca, zainteresowanie odczytami i przezroczami było dość wielkie, w niektórych zaś punktach odbyła się nawet dyskusja dodatkowa



Dr. Karol Różkowski

„Goniec Częstochowski" święcił w tych dniach 25-letni jubileusz swego istnienia.

Dużo pracy i energji włożył red. Wilkoszewski do wydawnictwa, to też wszyscy, a pomiędzy nimi i red. „Czystości" w uznaniu tej pracy, życzyli Jubilatowi dalszego powodzenia.

Zaznaczyć trzeba przytem, że red. W. był szczęśliwym w doborze współpracowników, zarówno redakcyjnych jak i administracyjnych.

Red. Jan Barylski, Kaz. Jędrzejczyk, p. Stan. Leszczyk, p-ni Zofja Masłowska oraz p-ni Niekraszowa — są to filary „Gońca", o których warto jest pamiętać!

Nareszcie już Teatr Miejski otworzył swe sale dla publiczności, Dyr. Jan Otrębski wraz ze znakomitym reżyserem p. A. Piekarskim, dobierając sobie świetny zespół— postanowili oderwać publiczność od chrapliwych dźwiękowców i dać jej prawdziwą arystyczną strawę.

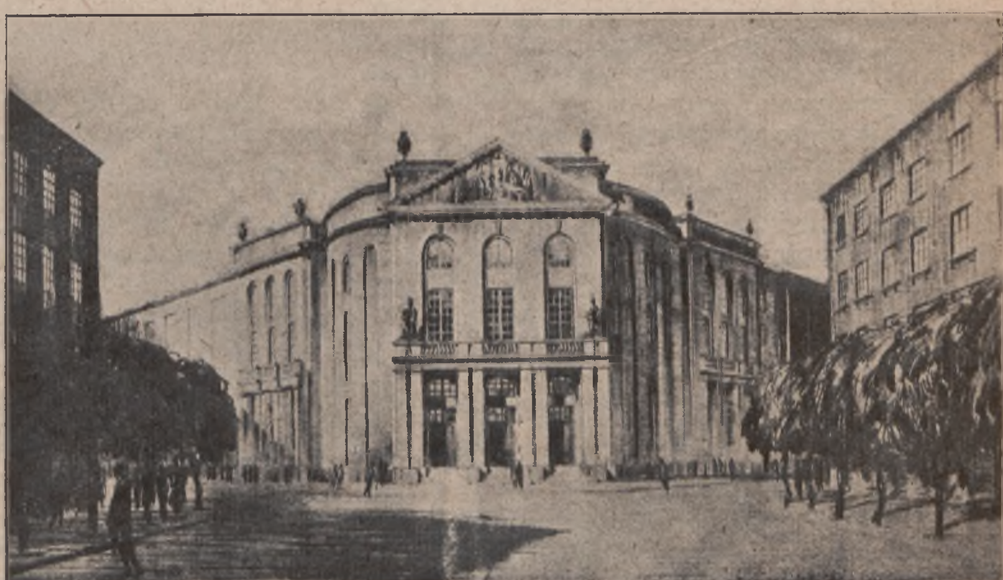
Zewsząd słyszymy: „dość tych nudnych dzwiękowców, — chodźmy do teatru, aby usłyszeć żywe, serdeczne słowo".

Gmach teatru jest okazały, jak widzimy na rysunku:

Z GDYNI.

Do roku 1929, w którym częściowo uruchomiono wodociąg i kanalizację, stan sanitarny Gdyni urągał najprymitywniejszym potrzebom.

W dzielnicach robotniczych brak urządzeń kanalizacyjnych groził wybuchem epidemji, zdarzało się,



Gmach nowego Teatru w Częstochowie.

że nieczystości z dołów biologicznych spływały na ulicę.

Budowę wodociągów i kanalizacji rozpoczęto w roku 1928.

W chwili obcenej posiada Gdynia wykończonych i oddanych do użytku urządzeń sanitarnych 22.400 mb. kanałów sanitarnych 5.470 mb. kanałów deszczowych. Ciągi wodociągowe, stację pomp w mieście o wydajności 2.400 m.^{3} na dobę, stację pomp na przedmieściu Oksywia o wydajności 1200 m.^{3} 24 godzin, zbiornik wody o pojemności 2.500 m.^{3}, stację oczyszczania ścieków o wydajności 160 litrów na sek.

Uznając Gdynię jako „okno" do Europy, które powinno być otoczone specjalną opieką, — rząd wyznaczył jako delegata swego Dyr. Depart. Org. Min. Spr. Wewn. p, Zygmunta Zabierzowskiego.

Pod tak dzielnem kierownictwem Gdynia napewno już wkrótce będzie podziwiana przez wszystkich ją odwiedzających, szczeg., zaś przez cudzoziemców.

LEKARZ DOMOWY.

WP. M. S. w Zakopanem.

Prof. Koch już przed laty orzekł, że mydło nietylko mechanicznie usuwa brud ciała, lecz jednocześnie zabija i niszczy bakterje, znajdujące się na powierzchni skóry, szczególnie bakterje dyfterytu, zapalenia płuc, oraz streptokoki.

Ostatnie badania potwierdziły owe zdanie.

Rozumie się, że pogląd ten stosuje się tylko do tych gatunków mydła, które są fabrykowane umiejętnie.

Niehigienicznie wykonanie mydła wywołuje zaognienie skóry i są wprost szkodliwe dla organizmu.

W. P. S. M. w Gdyni.

Nie możemy jeszcze W. P. powiedzieć, czy ten tak silnie reklamowany preparat niby to witaminowy, — odpowiada celowi. Wkrótce tę sprawę wyjaśnimy.

W. P. L. K. w Warszawie.

Czy należy odsłaniać głowę?

W mieście, gdzie unosi się w powietrzu brud i kurz, bakterje, chodzenie bez kapelusza stanowczo nie jest higjeniczne

Faktem jest, że powietrze działa cudownie na porost włosów, słońce zaś tylko w niewielkich dawkach. Pod wpływem nadmiaru słońca włosy stają się słabsze i wypadają, zmieniają swój kolor, stają się różnobarwne wyliniałe. Po pewnym czasie włosy silniejsze wracają do swego koloru, słabsze zaś giną lub też zmieniają swój kolor i stają się bezpowrotnie siwe.

Istnieje zwyczaj, obcinania włosów krótko do skóry, lub golenie głowy, zwłaszcza podczas lata dla wzmocnienia porostu włosów. Nowoczesna pielęgnacja włosów sprzeciwia się temu sposobowi postępowania, gdyż włos stale się wysila i nietylko, że się nie wzmacnia, lecz przeciwnie osłabia się.

WP. K. L. w Brześciu n Bugiem.

Przy wysokim procencie cukromoczu lepiej jest stosować insulinę, jak WP. radzi pański lekarz Dopiero, gdy procent cukru opadnie, można będzie przejść do syntaliny.

W. P. S. K. w Sieradzu.

Jeżeli rzeżączka nie jest jeszcze zupełnie wyleczona, — nie należy się żenić

Gdy lekarz W. P. po dokładnem zbadaniu oznajmi, że nie ma już żadnych śladów rzeżączki — wtedy pan będzie mógł się ożenić i mieć zupełnie zdrowe dzieci.

Lekarz-Dentysta Michał Grejniec
(Częstochowa).

O zwalczaniu partactwa dentyst.

Dużą winę w rozpanoszeniu się partaczy dentystycznych, ponoszą sami lekarze - d-ści. Paradoksalne to twierdzenie oparte jest, niestety, na faktach codziennych.

Wina leży w tem, że oni za mało reagują na istniejące bezprawie. Dlaczego aptekarze energicznie przeprowadzają swoje postulaty, rezultatem czego jest fakt, że w skł. apt. nawet trochę eteru nie otrzyma się.

Tam gdzie lekarze - d-ści energicznie występują, nie raz do roku, lecz *stale, codziennie,* — tam partactwo zanika.

Opowiadają fakt następujący: Lekrz-D-ta Nikodem Krakowski z Warszawy (red. Kroniki Dentyst.) dowiedział się, że jakiś fryzjer na Czerniakowskiej, zamiast pilnować czystości w swej rezurze, — wywiesił szyld, że „momentalnie usuwa ból zębów".

Nie czekał więc dr. Kr. aż policja kiedyś zrobi temu szantażyście protokuł i wsadzi go do kozy, lecz pofatygował się sam do owej rezury i udając cierpiącego na zęby, po prosił o uśmierzenie bólu, według szyldzika.

Jegomość ten, odrazu, brudnemi rękoma, wyciągnął jakąś brudną flaszeczkę z cuchnącym płynem, wziął kawałek waty i już chciał się dostać do zębów d-ra Kr.

Lecz dr. Kr. wtedy powstał i pyta się, co to za lekarstwo i jakiem prawem on ordynuje w zębach.

Ów partacz widząc, że to nie żarty, przyznał się, że lekarstwo to zwykły olejek, który rozumie się żadnego skutku nie wywiera.

Prosił, aby dać spokój, że szyld zdejmie i procederu owego uprawiać więcej nie będzie. Aby jednak dać porządną nauczkę partaczom, odstraszyć innych od podobnego szantażu i skierować go do zajmowania się swoim fachem — spisano protokuł i nieborak zdaje się posiedział kilka tygodni i zapłacił 500 złotych kary.

Gdyby każdy lekarz-d-ta notował każdy fakt partactwa i zaraz na to reagował lub choć red. „Czystości" podawał do wiadomości — wiele partaczy by wróciło do swoich zajęć zawodowych, a nie poniżało by stan lekarsko-dentystyczny.

Każdy, kto wie o fakcie partactwa dent., powinien o tem napisać do red. „Czystości", spełni wtedy czyn obywatelski!.

Obuwie
kupujemy w f.
„VENUS“
Częstochowa
II Aleja Nr. 29.

„Liga Zdrowia“.
Kto się Ligą ową interesuje, zechce podać swój adres do Lekarza-Dentysty — **Michała Grejnieca w Częstochowie** Al. Najśw. Marji Panny Nr. 10.
Składka roczna zł. 1. — Znaczek zł. 1.

Kto się chce nauczyć
TECHNIKI DENTYSTYCZNEJ,
niech poda swój adres, załączając znaczek na odpowiedź do Adm „Czystości“ w Częstochowie lub w Warszawie dla „Technika“.

„POLSKA ZACHODNIA“
DZIENNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM NARODOWYM I SPOŁECZNYM NA KRESACH ZACH. RZECZYP. POLSKIEJ.
Najpoczytniejszy polski organ informacyjny na terenie Górnego Śląska i Śląska Cieszyńskiego.
Adres Redakcji: Katowice, ulica Kopernika 14. Tel. 303.
Adres Administracji: Katowice, ulica Jagiellońska 5, Tel. 16—98. P. K. O. 303 501.

SZKOŁA PODKUWACZY KONI
p. n. Cywilny Kurs Kucia Koni i wzorowa kuźnia kucia koni
w Częstochowie ul. Kościuszki Nr. 29.
została otwarta wzorowa kuźnia kucia koni pod kierunkiem specjalnego instruktora. W zakresie tej kuźni będzie nietylko wzorowe kucie kopyt normalnych, lecz i kucie kopyt zniekształconych, po ochwatach, kopyt tępo i ostro rozwiniętych i t. p. — Kucie koni będzie się odbywać codz. od g. 7 ej rano do godz. 3 po południu bez przerwy.

Lek.-D-ta N. Krupicki, B. Asystent Szk. Lekarsko-Dentyst. w Warszawie twierdzi:
„Uważam szczoteczki **„Purol“** ze względów aseptycznych za doskonałe.
Anatomiczne zaś szczoteczki „Purol“, wycięte według budowy zębów trzonowych, są, — według mnie, — **wprost idealne i powinny być powszechnie używane“.**
Dr. med. Adolf Gibiański **(Łódź) tak się wypowiada:**
„Używając szczoteczkę do zębów pomysłu p. Lekarza-D-ty Michała Grejnieca, stwierdzam, że dobrze wykonana, ma pomysłowo odpowiednią formę, **odpowiada wszelkim wymogom higjeny i aseptyki.**
Zasługuje ze wszechmiar na rozpowszechnienie wszędzie, **szczególniej w zakładach naukowych.**

LECZNICA
Polskiego Czerwonego Krzyża
63 MARSZAŁKOWSKA 63
róg Pięknej. Tel. 59-77.
Wszystkie specjalności od 9 r. do 8 wiecz. Rentgen, Diatermia, D'Arsonel, Lampy kwarcowe, Sollux, Elektryzacja, Analizy, Szczepienia.

Chorzy na cukrzycę
proszeni są o podanie adresn do Adm. „Czystości“ w Warszawie, skrzynka Poczt. Nr. 729 pod „Cukrzyca“.

Sekretarz (ka) inteligentn.
zechce złożyć oferty
„Czystość“, Warszawa, skrz. 729.
„Czystość“, Częstochowa, skrz. 104.

Kto chce w Warszawie coś załatwić, może to uczynić przez Biuro zleceń. — Oferty do Adm. **„Czystości“** w Warszawie, skrz. pocztowa 729 dla „Biuro Zleceń“.

St. Felczer
M. HARTMAN
ul. Spadek Nr. 14. Tel. 7—26.
PEDICURE.

„Życzę powodzenia w podjętym, pożytecznym pomyśle, który z pewnością dodatnio zadziała, zwłaszcza w higienie szkolnej i ludowej“. *Prof. Dr. W. Łepkowski.*
Tak pisze o szcz. „PUROL“ — największa powaga **dentystyki** w Polsce.

Kto chce mieć świeżą i ładną cerę niech napisze do Adm. **„Czystości“** Skrz. poczt. Nr. 729 dla „Promień“

Chorzy na płuca
proszeni są o podanie adresu do Adm. **„Czystości“** w Warszawie. Skrz. Poczt. Nr. 729 pod „Płuca“

Przemysłowcy! Kto produkuje art., mające łączność ze **zdrowiem i higieną,** może je wprowadzić w Polsce **tylko** za pomocą ogł. w **„Czystości“!** Największy nakład! 100,000 czytelników!—Adm. „Czystości“ — Warszawa Skrz. p. Nr. 729. — Chętnie służy ofertą.

TOMASZ POROS
Firma egz. od 1900 r.
WYNAJEM! — REPERACJE!
Jeneralny przedstawiciel fabryki „Organów kościelnych“ Br. Rieger
poleca: **Fortepiany, Pianina, Fis.-Harmon.** Krajowe i Zagraniczne
na najdogodniejszych warunkach, zamiana.
Strojenie i montowanie **organów i pianin.**
Częstochowa, Jasnogórska Nr. 11.

JUBILER
H. HIPSZER
Częstochowa, I Aleja 13, tel. 889
POLECA:
Srebro, Platery i Kryształy.
Zegarki światowych firm.
Wszelką biżuterję złotą.
Specjalność
OBRĄCZKI ŚLUBNE!!!
Szkło niettukące się do zegarków.

E. L. BREGMAN
w Warszawie, Złota 23
telef. 65—02.
SKŁAD PRZYBORÓW LEKARSKO-DENTYSTYCZNYCH
Najtańsze i najlepsze
— źródło zakupu. —

Dr. med. KAREIS
Karlsbad
Alte Wiese Nr 26.

Wszelkie wiadomości o KARLSBADZIE
są w Czechosłowackiej
„Bäder-Zeitung“
W KARLSBADZIE.

Redaktor i Wydawca: MICHAŁ GREJNIEC. Czcionkami i drukiem F. D. Wilkoszewskiego w Częstochowie, III Aleja 52.